

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan derajat kesehatan manusia dengan meningkatkan mutu serta kemudahan dalam pelayanan kesehatan yang terjangkau oleh seluruh lapisan masyarakat. Hal ini merupakan bagian dari upaya untuk meningkatkan kualitas hidup manusia dan kehidupan masyarakat. Peningkatan kualitas hidup manusia ini perlu dimulai sejak dini yaitu sejak manusia berada didalam kandungan.

Kehamilan bagi seorang wanita merupakan hal yang membahagiakan sekaligus menggelisahkan. Dimana kehamilan yaitu suatu kondisi yang menimbulkan perubahan fisik maupun perubahan psikologis bagi seorang wanita karena pertumbuhan dan perkembangan alat reproduksi dan janinnya (Arifin, 2015). Seperti pada ibu primigravida dimana kehamilan pertama kali bagi seorang calon ibu merupakan perjalanan baru yang ditandai dengan perubahan-perubahan fisik dan psikologis bagi seorang ibu yang hamil untuk pertama kalinya (Esthini, 2016).

Perubahan fisik yang terjadi selama kehamilan yaitu dengan perut yang semakin membesar dan badan yang bertambah gemuk. Perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada trimester ketiga dapat berpengaruh buruk terhadap perkembangan janin dan mengakibatkan stres yang dapat berefek pada terhambatnya perkembangan janin (Sari & Puspitasari, 2016).

Selain perubahan fisik maupun psikologis ibu primigravida juga perlu

mempersiapkan persalinan. Kesiapan persalinan yaitu pola mempersiapkan, mempertahankan, dan memperkuat proses kehamilan dan persalinan serta perawatan bayi baru lahir, dengan gejala dan tanda mayor subjektif menyatakan keinginan untuk menerapkan gaya hidup yang tepat untuk persalinan, menyatakan keinginan untuk menerapkan penatalaksanaan gejala ketidaknyamanan selama persalinan, menyatakan rasa percaya diri menalani persalinan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Selain itu dimana ibu hamil saat ini penting mengetahui tentang persalinan dan program-program yang dapat membantu ibu dalam proses persalinan, terutama pada ibu primigravida. Ibu primigravida merupakan ibu hamil untuk yang pertama kali.

Dimana kesiapan persalinan sangatlah peting bagi ibu primigravida dimana banyak informasi tentang kehamilan dan kesiapan persalinan, dimana informasi tersebut bisa didapatkan ibu hamil dari tenaga kesehatan. Informasi tentang kehamilan dapat diberikan melalui penyuluhan maupun kegiatan kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil merupakan sarana bagi ibu hamil dan keluarga untuk belajar bersama tentang kesehatan ibu hamil yang di laksanakan dalam bentuk tatap muka dalam berkelompok. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pada ibu dan keluarga mengenai kehamilan, persalinan, nifas, KB pasca persalinan, pencegahan komplikasi, perawatan bayi baru lahir dan aktivitas fisik atau senam hamil (Kementerian Kesehatan RI. 2018).

Untuk mengurangi terjadinya risiko komplikasi dalam persalinan, sehingga diperlukan pencegahan dengan beberapa metode untuk meringankan dan mempersiapkan ibu dalam menjaga kehamilan dan proses persalinan. Dimana metode untuk meringankan dan membantu ibu hamil dalam persiapan persalinan

adalah dengan olahraga yang bertujuan untuk menjaga kesehatan tubuh dan janin agar berkembang dengan baik dan juga membuat emosi ibu tetap stabil. Jenis olahraga yang paling sesuai untuk ibu hamil adalah senam hamil (Wahyuni & Layinatum Nimah, 2017). *American College of Obstetricians and Gynecologist (ACOG)* dan Hanton et.al, berpendapat senam hamil merupakan gerakan kebugaran untuk melatih menguatkan otot yang berfungsi dalam persalinan. Gerakan senam hamil bertujuan untuk memacu keluarnya hormon endorfin secara alami. Hormon ini berfungsi sebagai pengurang rasa sakit selama kehamilan dan persalinan (Hidayati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sidoarjo pada tahun 2015 menunjukkan bahwa hampir dari seluruh responden siap secara fisik dalam menghadapi persalinan yaitu sebanyak 10 responden (66,7 %) dan sebanyak 11 responden (73%) siap secara psikologis dalam menghadapi persalinan setelah mengikuti latihan fisik berupa kegiatan senam hamil (Berliana, 2015).

Kegiatan senam hamil merupakan program kebugaran yang diperuntukkan bagi ibu hamil dimana senam tersebut memiliki prinsip-prinsip gerakan khusus yang disesuaikan dengan kondisi ibu hamil untuk mempermudah pergerakan saat melakukan senam hamil. Dimana latihan senam hamil dirancang khusus untuk menyehatkan dan membugarkan ibu hamil, mengurangi keluhan yang timbul selama kehamilan serta mempersiapkan fisik dan psikis ibu dalam menghadapi persalinan. Senam hamil biasanya dimulai saat kehamilan memasuki trimester ketiga, yaitu sekitar usia 28-30 minggu kehamilan (Martini et al., 2018).

Senam hamil mempunyai manfaat yaitu mengurangi stress selama kehamilan dan pada masa pasca melahirkan, memudahkan proses persalinan,

mengurangi sakit punggung selama trimester ketiga. Tujuannya yaitu menjaga kondisi otot-otot dan persendian, memperkuat dan mempertahankan elastisitas otot-otot, ligament, dan jaringan yang berperan dalam mekanisme persalinan, mempertinggi kesehatan fisik dan psikis, menguasai teknik-teknik pernafasan (Wahyuni & Layinatum Nimah. 2017).

Penelitian di BPRB Bina Sehat Bangunjiwo Kasihan Bantul dimana rata-rata ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya sebanyak 110 orang sedangkan ibu hamil yang mengikuti kegiatan senam hamil di BPRB Bina Sehat Bangunjiwo Kasihan Bantul hanya sekitar 40 ibu hamil. Kegiatan senam hamil sangat bermafaat bagi ibu hamil. Dari hasil penelitan ibu hamil dalam mengikuti senam hamil di BPRB Bina Sehat Bangunjiwo Kasihan Bantul pada kategori sedang sebanyak 27 orang sekitar (51,9%), sebanyak 18 orang (34,6%) responden pada kategori tinggi dan sebanyak 7 orang (13,5%) yang berada pada kategori rendah (Masrurin, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas IV Denpasar Selatan yang telah dilakukan oleh Ni Kadek Ayu Mirahyuni pada tahun 2018, didapatkan jumlah data dalam 3 tahun terakhir pada tahun 2016 sebanyak 128 Ibu Primigravida Trimester III, pada tahun 2017 sebanyak 134 Ibu Primigravida Trimester III dan pada tahun 2018 sebanyak 3 Ibu Primigravida Trimester III yang mengikuti senam hamil. Senam hamil bermanfaat untuk mengurangi keluhan-keluhan ibu saat kehamilan, memperkuat jantung dan paru, mempersiapkan psikologis ibu untuk menghadapi persalinan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin meneliti “Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida trimester III Tahun 2020”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, peneliti merumuskan masalah penelitiannya yaitu “Bagaimanakah Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III Tahun 2020?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Dimana tujuan ini untuk mengetahui Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida trimester III.

### **2. Tujuan khusus**

Di mana secara lebih khusus pada penelitian Ibu Primigravida Trimester III Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan, di mana bertujuan untuk :

- a. Mengidentifikasi pengkajian keperawatan pada ibu primigravida trimester III untuk meningkatkan kesiapan persalinan.
- b. Mengidentifikasi diagnosis keperawatan untuk meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.
- c. Mengidentifikasi intervensi keperawatan mengenai kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.
- d. Mengidentifikasi tindakan senam hamil pada ibu primigravida trimester III untuk meningkatkan kesiapan persalinan.
- e. Mengidentifikasi evaluasi keperawatan mengenai tindakan senam hamil pada ibu primigravida trimester III.

## **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini, diharapkan dapat ditinjau dari dua aspek yaitu dari segi teoritis dan praktis sebagai berikut :

### **1. Manfaat teoritis**

#### a. Bagi perkembangan IPTEK keperawatan

Dapat digunakan sebagai masukan dalam pengembangan keperawatan serta bahan pertimbangan dalam memberikan tentang asuhan keperawatan pemberian senam hamil untuk meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.

#### b. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat digunakan sebagai pedoman serta bahan pembelajaran untuk peneliti selanjutnya mengenai penatalaksanaan asuhan keperawatan pemberian senam hamil untuk meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.

### **2. Manfaat Praktis**

#### a. Bagi masyarakat

Di mana hasil dari penelitian ini dapat memberikan suatu pemikiran bagi masyarakat dalam meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.

#### b. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dasar dalam menerapkan proses asuhan keperawatan dalam meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.